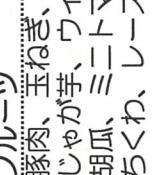




令和4年 働けんたむづ!

金曜日

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)
献立 <子ども日ランチ> こいのぼりカレーライス ウインナー・ミニトマト 胡瓜スティック フルーツ 腹肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋、ミニトマト 胡瓜、ちくわ、レーズン 材料 かしわ餅・カルピス	憲法記念日 みどりの日  	こどもの日 みどりの日 	こどもの日 みどりの日 	6(金) 魚の塩焼き 切り干し大根煮 吳汁 フルーツ 魚の切り身、鶏ひき肉 玉ねぎ 豆腐ドーナツ・牛乳
9(月) 鶏のさつぱり煮 若草和え 豆腐のみぞ汁 フルーツ 材料 鶏肉、キヤベツ、人参 ちくわ、豆腐、玉ねぎ わかめ、ねぎ	10(火) 煮魚 金時煮豆 具だくさん汁 フルーツ 材料 魚の切り身、金時豆 ジャが芋、人参、ごぼう 玉ねぎ、ねぎ おやつ ミルク餅・牛乳	11(水) 栄養金平 キヤベツの甘酢 みぞ汁 フルーツ 材料 大豆、鶏肉、人参 ごぼう、ジャガ芋 ごんじ豆、こんにゃく キヤベツ、みかん缶 油揚げ、玉ねぎ、ねぎ	12(木) えんどうご飯 キヤベツ煙のミンチカツ 添え野菜 コンソメスープ フルーツ 材料 えんどう豆、豚ひき肉 キヤベツ、玉ねぎ アスパラガス、人参 のき おやつ 餃子の皮ピザ・牛乳	13(金) 築前煮 梅肉和え みそ汁 フルーツ 材料 鶏肉、人参、ごぼう 干し椎茸、三度豆 胡瓜、玉ねぎ おやつ かぶヒサンド・牛乳
16(月) みそ炒め 生姜風味和え 中華スープ フルーツ 材料 厚揚げ、豚肉、人参 玉ねぎ、干し椎茸 ピーマン、胡瓜 キヤベツ、ねぎ	17(火) 鶏ひき肉のつくね焼き ひじき煮 胡瓜スティック みぞ汁 フルーツ 材料 薙ひき肉、ひじき、人参 干し椎茸、胡瓜 もやし、青菜	18(水) 鶏南蛮うどん わかめサラダ フルーツ 材料 鶏肉、うどん、人参 干し椎茸、玉ねぎ わかめ、しらす干し 胡瓜、コーン、トマト	19(木) <小遠足> わかめご飯・鶏の唐揚げ ウインナー・ミニトマト フライドポテト・人参甘煮 プロッコリー・フルーツ ウインナー、ミニトマト プロッコリー 人参	20(金) 魚のコーンマヨネーズ焼き スパゲティソティー コンソメスープ フルーツ 材料 鶏肉、じゃが芋 ワインナー、ミニトマト 人参
23(月) 雑菜 鶏レバーの生姜煮 胡瓜スティック みぞ汁 フルーツ 材料 牛肉、春雨、人参 ピーマン、椎茸、ねぎ 鶏レバー、玉ねぎ わかめ、豆腐	24(火) たけのこマフィン・牛乳 材料 オレンジゼリー・牛乳	25(水) ジャムサンド・牛乳 材料 ポテトグラタン スナップえんどう おかか和え コンソメスープ フルーツ 材料 じゃが芋、人参、玉ねぎ ピーマン、コーン缶 しめじ、キヤベツ スナップえんどう	26(木) ひじきご飯 焼魚 和風サラダ すまし汁 フルーツ 材料 魚の切り身、油揚げ 胡瓜、ツナ缶、コーン缶 豆腐、ねぎ、わかめ	27(金) ちくわの磯辺揚げ ドレッシングサラダ みそ汁 フルーツ 材料 黒ちくわ、南瓜 キヤベツ、人参、胡瓜 玉ねぎ、しめじ
30(月) シュガーラスク・牛乳 材料 豆腐とエビのケチャップ煮 わかめどじゅここの炒り煮 みぞ汁 フルーツ	31(火) からーくー卜・りんごジュース 材料 豚ひき肉、玉ねぎ、ねぎ むき工ビ、豆腐、青菜 わかめ、ちりめんじゃこ 人参、厚揚げ	牛乳 バムピーチのボンゴーネキ 材料 バムピーチ・牛乳	牛乳 麦のラスク 材料 豆腐とエビのケチャップ煮 わかめどじゅここの炒り煮 みぞ汁 フルーツ 材料 合挽き肉、じゃが芋 人参、玉ねぎ、三度豆 ねぎ、もやし、卵、ごま	牛乳 春布・ポップコーン・ショア 材料 緑のまぶしい過ごしやすい季節になりました。 今は、新じゃが・春キヤベツなど旬の野菜を 使ったメニューにしてみました。
献立 <子ども日ランチ> こいのぼりカレーライス ウインナー・ミニトマト 胡瓜スティック フルーツ 腹肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋、ミニトマト 胡瓜、ちくわ、レーズン 材料 かしわ餅・カルピス	3(火) 4(水) 5(木) 6(金) おやつ こどもの日  	6(金) 魚の塩焼き 切り干し大根煮 吳汁 フルーツ 魚の切り身、鶏ひき肉 玉ねぎ 豆腐ドーナツ・牛乳	7(土) 小遠足のお弁当も 楽しみにして下さい。	みどりの日 

年間目標：食事の正しいマナーを身につけて、楽しく食べよう
月間目標：早寝早起きをして、朝ごはんを食べてくる

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食など、子ども達一人一人の対応をしています。

3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。

17日(火)は、クッキング(たけのこマフィン)をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんには、エプロン・三角巾の準備をお願いします。

みどりの日

